

PLANNING DES COURS						
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
De 9h à 21h15	De 9h à 22h	De 9h à 21h	De 9h à 21h30	De 9h à 21h	De 10h à 18h	De 10h à 13h
10h-10h45 <b>BODY SCULPT</b>	10h-10h45 <b>BODY-PUMP</b>		10h-10h45 <b>BODY SCULPT</b>	10h-10h45 <b>BODY SCULPT</b>	10h15-11h15 <b>BODY-PUMP</b>	10h15-11h Culture Physique
10h45-11h30 <b>R.P.M</b>	10h45-11h15 <b>C.A.F</b>		10h45-11h15 <b>C.A.F</b>	10h45-11h15 <b>C.A.F</b>	11h15-11h45 <b>C.A.F</b>	11h-11h45 <b>C.A.F</b>
11h30-12h <b>STRETCHING</b>	11h15-11h45 <b>STRETCHING</b>	10h45-11h45 Culture Physique	11h15-11h45 <b>STRETCHING</b>	11h15-11h45 <b>STRETCHING</b>	11h45-12h15 <b>STRETCHING</b>	11h45-12h15 <b>STRETCHING</b>
12h15-12h45 <b>STEP Déb</b>	12h15-12h45 Culture Physique	12h15-12h45 <b>C.A.F</b>	12h15-13h15 <b>R.P.M</b>	12h15-13h <b>BODY-PUMP</b>	12h15-12h45 <b>STEP Déb</b>	
12h45-13h15 <b>C.A.F</b>	12h45-13h15 <b>STRETCHING</b>	12h45-13h15 <b>STEP Déb</b>	13h15-13h45 <b>STRETCHING</b>	13h-13h30 <b>C.A.F</b>	10h15-11h <b>TAI-BUTOU</b>	
13h15-13h45 <b>STRETCHING</b>	13h15-13h45 <b>C.A.F</b>	13h15-13h45 <b>STRETCHING</b>			11h-12h15 <b>KARATE</b>	
17h30-18h30 <b>BODY PUMP</b>	17h30-18h15 Culture Physique	17h30-18h Dos-Poitrine	17h30-18h30 <b>R.P.M</b>	17h30-18h15 Culture Physique		Tous les jours & à toute heure  <b>COACHING Permanent</b>  ----- Hamam Sauna Jaccuzi
18h30-19h15 <b>BODY CARDIO</b>	18h15-19h <b>STEP</b>	18h-18h30 <b>C.A.F</b>	18h30-19h15 <b>L.I.A</b>	18h15-18h45 <b>C.A.F</b>		
19h15-19h45 <b>STRETCHING</b>	19h-20h <b>R.P.M</b>	18h30-19h15 <b>BODY CARDIO</b>	19h15-20h15 <b>BODY PUMP</b>	18h45-19h15 <b>STEP</b>	Salle du 1er étage	
19h45-20h15 <b>STEP</b>	20h-20h30 Dos-Poitrine	19h15-19h45 <b>STRETCHING</b>	20h30-21h15 <b>ZUMBA</b>	19h15-20h Culture Physique		
20h15-20h45 <b>C.A.F</b>	20h30-21h45 SALSA Déb	19h45-20h30 Culture Physique				
	19h-19h30 <b>C.A.F</b>		17h30-18h <b>C.A.F</b>		Le planning est susceptible de subir des modifications, merci de vous informer à l'accueil.	
	19h30-20h15 <b>TAI-BUTOU</b>		18h-18h30 <b>STRETCHING</b>			
	20h15-21h15 <b>KARATE</b>		19h-20h45 <b>KARATE Av.</b>			

**IMPORTANT** : pas de cours de Tai butou et de karaté pendant les vacances d'été et sur certaines semaines de vacances scolaires.